

Stages en Belgique et en France avec [Maître Tian Liyang](#)

depuis la crise sanitaire, Maître Tian Liyang est tenu de rester dans les Wudangshan. Il ne peut se déplacer jusqu'en Europe et nous avons dû annuler les stages en "life"... jusqu'à son retour!

Au printemps 2022, nous poursuivons avec les stages par zoom et vous proposons 3 we avec Maître Tian pour apprendre les "Baduanjin" ou les "Huit Pièces de Brocart".

Les "Huit brocart" ou "Baduanjin"

La forme des "Huit brocarts" est connue depuis l'Antiquité chinoise, elle fait partie des exercices de Qigong les plus répandus en Chine. Le terme chinois de "Duanjin" ou "Brocart" fait allusion à l'élégance et la préciosité de la forme, et le chiffre 8 ("Ba" en chinois) fait référence aux 8 trigrammes représentés autour du symbole du yin-yang et qui valent pour les forces à l'oeuvre à chaque instant dans la Nature et en nous-mêmes.

Il s'agit d'une forme simple, adaptée aux débutants, aux pratiquants avancés et aux pratiquants de toutes les formes et de tous les styles. Pour les nouveaux venus, elle offre l'opportunité d'entrer dans le système d'enseignement particulier à Maître Tian Liyang et de s'initier au Qigong des Wudang.

chaque samedi et dimanche de 10h à 13h (max. 13h30) des we suivants : 23-24 avril, 7-8 mai, 14-15 mai 2022

Les séances seront enregistrées et seront disponibles pendant 6 semaines après le stage (mais elles ne seront pas téléchargeables).

prix du stage : 280 €

inscription: envoyer un mail à tiandi.asbl@gmail.com pour confirmer votre présence et verser le montant total (280€) au n°compte de Tiandi BE96 0682 2708 4505 BIC: GKCCBEBB avec la communication "TLY-zoom-2022-BDJ" avant le 10 avril 2022

remarque: le montant du stage ne sera remboursé que sur présentation d'un certificat médical.

La pratique des Huit brocarts en combinaison avec la respiration permet de renforcer nos organes internes, nos voies de circulation du Qi et du sang, nos tissus de soutien (os, muscles, tendons), ainsi que notre système nerveux. Elle rend notre corps plus mobile et notre psychisme plus adaptable aux diverses circonstances de la vie. La tension et la détente s'alternent, la posture droite favorise la stabilité et le centrage, et les postures inadéquates de la colonne vertébrale sont corrigées.

Maître Tian enseigne les Huit brocarts avec la grande précision et le détail qui le caractérisent, en intégrant la respiration taoïste. Au-delà de l'esthétique des mouvements, l'accent est mis sur les aspects intérieurs et sur la perception du Qi et de l'énergie vitale.

Les Huit brocarts sont un véritable trésor : ils sont aisés à apprendre, ne nécessitent pas beaucoup de temps de pratique et s'intègrent donc facilement dans notre quotidien. Pour ceux qui ont déjà étudié les Huit brocarts dans d'autres écoles, l'enseignement de Maître Tian leur permettra d'en découvrir de nouveaux aspects et d'élargir leur compréhension des exercices.